

REZEPTTIPP AUS DER REGION

PHILIPPS

OBERGRICHTLER BROTSALAT MIT KALBSSCHNITZEL

Rezept für 4 Personen
Zubereitungszeit: ca. 50 min

Zutaten

- 1 Vinschgerl (ca. 150 g)
- ½ Kopf Häuptelsalat
- ½ Tasse Rucola-Salat (ca. 50 g)
- ½ Tasse Feldsalat (ca. 50 g)
- 5 Stangen grüner/ 5 S. weißer
oder violetter Spargel
- ½ Salatgurke
- 1 gelber & 1 roter Paprika
- 2 reife Tomaten/ ein paar Cherrytomaten
- 2 Radieschen
- 30 ml Apfelessig (vorzugsweise Barrique)
- 50 ml Sonnenblumen-/Olivenöl
- 1 EL Bienenhonig aus der Region
- 300 g Kalbsschnitzel/ 8 kleine Schnitzel (Schale/ Rücken)
- 8 kleine Blätter Liebstöckel aus dem eigenen Garten
- 8 Scheiben dünn geschnittener Rohschinken
- Salz & Pfeffer
- 20 g Butter für den Spargel



WE ARE FAMILY.®

Zubereitung Brotsalat/ Spargel

- Den Häuptelsalat mit einem Messer vierteln und gut waschen danach je nach Größe noch einmal schneiden.
- Den Spargel schälen und in Butter und wenig Wasser oder Spargelfond einer Prise Salz bei wenig Hitze garziehen lassen. Nach Belieben mit etwas Olivenöl verfeinern. Den Spargel in kleine Stücke schneiden.
- Paprika waschen, in Ecken schneiden und in Olivenöl weichschmoren. Radieschen waschen, vom Grün befreien und in Spalten schneiden.
- Das Brot in 1cm große Würfel schneiden und in einer Auflaufform mit Öl beträufeln und im Ofen goldbraun backen.
- Die Gurke waschen, schälen und die Kerne entfernen, in Halbmondstreifen schneiden.
- Die Tomaten waschen, vierteln, Kerne entfernen, dann in feine Streifen schneiden.
- Aus den Kernen, dem Essig, dem Honig, Salz, Pfeffer und dem Öl ein Dressing herstellen (am besten mit dem Stabmixer).
- Jetzt den gewaschenen Rucola und Feldsalat in eine große Schüssel geben. Paprika, Tomaten und Gurken untermengen. Das Brot und die Marinade erst später dazugeben.

Zubereitung Kalbsschnitzel

- Das Fleisch in kleine Schnitzelchen schneiden und leicht plattieren (etwa 4 mm). Mit einem Blatt Liebstöckel und einer Scheibe Rohschinken einwickeln.
- Die Schnitzel nun leicht mit Pfeffer würzen und in einer Pfanne kurz von beiden Seiten anbraten.
Danach an einem warmen Platz (Warmhalteschublade/ Ofen) bei ca. 75° C 10-12 min. warmstellen.

Jetzt den Salat mit $\frac{3}{4}$ des Dressings gut marinieren. Den vorbereiteten Häuptelsalat mit der restlichen Marinade würzen, das Salat-Brotgemisch oben drauf drapieren und mit den Spargelspitzen und den Kalbfleischschnitzelchen vollenden.

GUTEN APPETIT!

WE ARE FAMILY.®